

Mụn Trứng Cá

Tờ Thông Tin Về Bệnh
Phát hành Tháng Ba 2020

Khái niệm chung

Mụn trứng cá là một bệnh gây ra các đốm và vết sưng đau trên da. Mụn này có thể xuất hiện trên mặt, lưng và ngực. Mụn trứng cá bao gồm các loại đốm khác nhau, như mụn đầu đen (lỗ chân lông nhỏ, bị tắc) và mụn đầu trắng (mụn nhỏ, cứng với tâm màu trắng). Mụn trứng cá cũng có thể gây ra mụn mủ (những nốt mụn mà quý vị có thể nhìn thấy nhiều mủ). Trong trường hợp nghiêm trọng, mụn trứng cá có thể dẫn đến sẹo. Mụn trứng cá thường bắt đầu xuất hiện ở tuổi dậy thì, là kết quả của sự thay đổi nội tiết tố. Bệnh này cũng có thể ảnh hưởng đến người lớn.

Bác sĩ gia đình của tôi sẽ làm gì vào lúc này?

Cách điều trị của quý vị sẽ phụ thuộc vào mức độ nghiêm trọng của tình trạng mụn trứng cá. Đối với mụn trứng cá nhẹ và trung bình, bác sĩ có thể:

- Cho quý vị lời khuyên chung về cách chăm sóc da (xem phần 'Tôi nên làm gì?')
- Đề xuất dùng thử sản phẩm chăm sóc da dành cho da đầu mụn
- Đề xuất các phương pháp điều trị khác, như bôi thuốc kháng sinh tại chỗ hoặc uống, hoặc uống viên thuốc tránh thai đối với phụ nữ.

Nếu mụn trứng cá của quý vị nghiêm trọng, bác sĩ có thể giới thiệu quý vị đến bác sĩ chuyên khoa (bác sĩ da liễu) để dùng dạng thuốc tác động mạnh hơn. Nhiều phương pháp điều trị mụn trứng cá không an toàn để sử dụng trong thời kỳ mang thai và cho con bú. Bác sĩ có thể khuyên quý vị sử dụng một hình thức tránh thai thích hợp, nếu cần thiết.

Bác sĩ gia đình của tôi sẽ làm gì sau đó?

Bác sĩ có thể muốn khám lại cho quý vị sau sáu tuần cho đến sáu tháng kể từ khi bắt đầu điều trị. Nếu phương pháp điều trị không hiệu quả với quý vị, họ có thể thay đổi phương pháp điều trị hoặc giới thiệu quý vị đến bác sĩ chuyên khoa.

Tôi nên làm gì?

Làm sạch da thường xuyên bằng dầu và các sản phẩm không chứa xà phòng. Giữ tóc sạch sẽ và gọn gàng, tránh chạm vào mặt và cổ. Dùng thử sữa rửa mặt không cần kê toa có chứa axit salicylic. Sử dụng các sản phẩm chăm sóc mặt từ nước, không chứa dầu. Tẩy trang trước khi ngủ. Tránh lấy hoặc nặn mụn. Duy trì lối sống lành mạnh và ăn nhiều thực phẩm tươi. Quý vị có thể muốn gặp chuyên gia dinh dưỡng để lên kế hoạch ăn uống lành mạnh.



Tôi nên hỏi bác sĩ của mình những gì?

- Các tác nhân có thể gây ra mụn trứng cá là gì?
- Làm cách nào để chăm sóc da tốt nhất?
- Nếu làn da của tôi không cải thiện thì sao?
- Nên dùng thuốc gì?



Có những dịch vụ hỗ trợ nào?

Khoa Da Liễu Bệnh Viện Liverpool

Khoa Da Liễu Bệnh Viện Liverpool cung cấp một loạt các dịch vụ về da với các bác sĩ da liễu chuyên khoa. Với đội ngũ nhân viên chuyên về các bệnh ngoài da thông thường và hiếm gặp, đội ngũ cung cấp dịch vụ điều trị cho mọi lứa tuổi, từ trẻ sơ sinh đến người già và phụ nữ mang thai. Hãy yêu cầu bác sĩ gia đình của quý vị giới thiệu đi.

Phòng khám tư

Các phòng khám chuyên khoa tư cũng có tại Khu Vực Y Tế Tây Nam Sydney. Hãy đề nghị bác sĩ gia đình của quý vị giới thiệu.

Tôi có thể tìm hiểu thêm ở đâu?

- **Kênh Sức Khỏe Tốt Hơn** – mụn trứng cá: betterhealth.gov.au

Thông tin này dành cho người đã được bác sĩ chẩn đoán bệnh. Nó không được soạn ra để dùng chẩn đoán bệnh hoặc thay thế cho việc chăm sóc y tế đang tiếp diễn

Các tờ thông tin thuộc Danh Mục Tài Nguyên Y Tế (Health Resource Directory) được sự chuẩn y của Ủy Ban Tư Vấn Cộng Đồng thuộc Mạng Lưới Y Tế Cơ Bản Tây Nam Sydney (South Western Sydney PHN's Community Advisory Committee) và của các bác sĩ gia đình tại địa phương

phn
SOUTH WESTERN
SYDNEY

An Australian Government Initiative